

MAPA DE AULAS

#FHPARQUENASCENTE

MAIO



EST	INÍCIO / FIM	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
E1	07,15 / 07,45	V-BIKE	HYROXWOD	V-BIKE	RPM	V-BIKE		
E2	07,30 / 08,00		V-PILATES					
E2	07,45 / 08,15	V-GAP		V-GAP		V-YOGA		
E1	08,00 / 08,30		V-BIKE					
E2	08,00 / 08,30				V-CORE			
E2	09,15 / 09,45					BODYATTACK		
BOX	09,30 / 10,00			HYROXWOD				
E1	09,30 / 10,00							V-BIKE
E2	09,30 / 10,00		3B					
E1	09,30 / 10,15						RPM	
E2	09,45 / 10,30	YOGA MOVES						
E2	09,45 / 10,15				GAP			
E2	10,00 / 10,45					PILATES MOVES		
BOX	10,15 / 10,45	HYROXWOD						
E2	10,15 / 11,00		ZUMBA	BODYPUMP				
E2	10,30 / 11,00				ZUMBA			V-PILATES
E2	10,30 / 11,15						PILATES MOVES	
E1	11,00 / 11,30	V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE
E2	11,00 / 11,30		V-CORE		V-YOGA			
E1	11,30 / 12,00		V-BIKE		V-BIKE			
E2	11,30 / 12,00			V-GAP		V-GAP		V-CORE
E1	13,00 / 13,30	V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE
E2	13,00 / 13,30		V-YOGA		V-GAP		V-ZUMBA	
E1	13,30 / 14,00		V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE	
E2	13,30 / 14,00	V-CROSS MOVES		V-ZUMBA		V-CROSS MOVES		V-CROSS MOVES
E1	15,00 / 15,30	V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE
E2	15,00 / 15,30		V-CROSS MOVES		V-CROSS MOVES		V-CROSS MOVES	
E1	15,30 / 16,00		V-BIKE		V-BIKE		V-BIKE	
E2	15,30 / 16,00	V-PILATES		V-CORE		V-ZUMBA		V-ZUMBA
E2	17,45 / 18,30					BODYPUMP		
E2	18,00 / 18,45		PILATES MOVES	BODYPUMP				
TOS	18,00 / 18,30				CORE			
BOX	18,15 / 18,45	HYROXWOD		HYROXWOD				
E2	18,15 / 18,45							
E2	18,15 / 19,00	BODYPUMP						
E1	18,30 / 19,00		CYCLING		CYCLING	CYCLING	V-BIKE	
TOS	18,30 / 19,00	POWERWOD						
TOS	18,45 / 19,30			BODYATTACK				
E2	18,45 / 19,15				PILATES MOVES			
IND	19,00 / 19,10	ABS MOVES	ABS MOVES	ABS MOVES	ABS MOVES	ABS MOVES		
E2	19,00 / 19,30		3B				V-GAP	
OUT	19,00 / 19,45		HUT RUNNERS					
E1	19,00 / 19,45	RPM		RPM				
BOX	19,00 / 19,30							
TOS	19,15 / 19,45	CORE						
BOX	19,15 / 19,45					HYROXWOD		
BOX	19,30 / 20,00				HYROXWOD			
E2	19,30 / 20,00			PILATES MOVES				
E2	19,45 / 20,15		POWERWOD					
TOS	20,00 / 20,30			3B				
E2	20,00 / 20,30	PILATES MOVES						

LES MILLS
NO TEU CLUBE OU APP
TU ESCOLHES

USUFUI DESTE SERVIÇO COM A TUA ADEÇÃO ZONE OU IBERIA

DOWNLOAD PARA ANDROID
 DOWNLOAD PARA IOS
 DOWNLOAD PARA HUAWEI

- A FITNESS RESERVA-SE O DIREITO DE ALTERAR O HORÁRIO POR RAZÕES EXTERNAS.
- O USO DE TOALHA É OBRIGATÓRIO.
- NÃO PODERÁ ENTRAR NA SALA APÓS 5 MINUTOS DO INÍCIO DA AULA.



INDOOR	FITNESS HUT	V-CLASS
OUTDOOR	LES MILLS	OUTRAS

DESCARREGUE O HORÁRIO ATRAVÉS DO QR CODE

#FHPARQUENASCENTE

RESERVE A SUA VAGA NA ÁREA CLIENTE EM www.fitnesshut.pt OU APP.